

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT, ASUPAN NATRIUM DAN AKTIVITAS FISIK  
DENGAN TEKANAN DARAH DI UNIT RAWAT JALAN  
UPTD PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

**MERY ANDIKA PUTRI**

**J 310 110 075**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2016**

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT, ASUPAN NATRIUM DAN AKTIVITAS  
FISIK DENGAN TEKANAN DARAH DI UNIT RAWAT JALAN  
UPTD PUSKESMAS SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

**Disusun Oleh :**

**MERY ANDIKA PUTRI**

**J 310 110 075**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2016**

DEPARTMENT OF NUTRITIONAL SCIENCE  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITAS SURAKARTA  
BACHELOR THESIS

**ABSTRACT**

MERY ANDIKA PUTRI J 310 11 0075

THE ASSOCIATION OF FIBER INTAKE, SODIUM INTAKE AND PHYSICAL ACTIVITY WITH BLOOD PRESSURE IN OUTPATIENT OF UPTD PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA

**Introduction:** Low fiber intake, excess sodium intake and physical inactivity will affect the increased blood volume, so the eventually it will ucrease the blood pressure.

**Objective:**To determine the relationship of fiber intake, sodium intake and physical activity on blood pressure mout patient of UPTD Puskesmas Pajang Surakarta.

**Research method:**This is an Observational research with *cross sectional* approach. A total of 44 subjects, were selected user *consecutive sampling* method. Fiber and sodium intake were obtained using *semiquantitative FFQ*, while physical activity was obtained using physical activity recall, method blood pressure was measured sphygmomanometer. All data were analyted using *Pearson product moment* or *Spearman rank* test.

**Results:** A total of 81.7% of the subjects had low fiber intake and 43.2% of the subjects had hish sodium intake. 75.1% of the subjects had mild physical activity and 41% of the subject had hypertension stage 1 based on systolic blood pressure and 45.5% of the subjects had a of hypertensive stage 1. Based diastolic blood preassure there is an association of fiber intake with systolic blood pressure ( $p = 0.011$ ) and diastolic ( $p = 0.002$ ). There is also an association of sodium intake with systolic blood pressure ( $p = 0.046$ ) and diastolic ( $p = 0.034$ ). However, no association werefound on physical activity with either systolic ( $p = 0.013$ ) or diastolic blood preassure ( $p = 0.024$ ).

**Conclusion :** This study concluded that there is an association of fiber intake, sodium intake with blood pressure in outpatient UPTD Puskesmas Pajang Surakarta. However no association was found on physical activity with blood preassure in outpatient of UPTD Puskesmas Pajang Surakarta.

**Keywords** : Fiber Intake, Sodium Intake, Physical activity , Blood Pressure

**Bibliography** : 75 : 1997-2015

PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
SKRIPSI

**ABSTRAK**

MERY ANDIKA PUTRI J 310 11 0075

HUBUNGAN ASUPAN SERAT, ASUPAN NATRIUM DAN AKTIVITAS FISIK DI  
UNIT RAWAT JALAN UPTD PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA

**Pendahuluan :** Asupan serat yang kurang, asupan natrium yang berlebih dan aktivitas fisik yang kurang akan mempengaruhi meningkatnya volume darah, sehingga berdampak pada peningkatan tekanan darah.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan asupan serat, asupan natrium dan aktivitas fisik dengan tekanan darah di Unit Rawat Jalan UPTD Puskesmas Pajang Surakarta.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian *observasional* dengan pendekatan *crosssectional*. Teknik pengambilan *consecutive sampling* sebanyak 44 sampel. Data asupan serat dan asupan natrium diperoleh dengan menggunakan metode FFQ semi kuantitatif, aktivitas fisik diperoleh dengan menggunakan metode *recall* aktivitas fisik, sedangkan tekanan darah diperoleh menggunakan *Sphygmomanometer*. Uji korelasi yang digunakan adalah uji *pearson product moment* dan *rank spearman*.

**Hasil :** Hasilnya menunjukkan sebesar 81,7% subjek memiliki asupan serat yang kurang. Sebesar 43,2% subjek memiliki asupan natrium lebih. Sebesar 75,1% subjek memiliki aktivitas fisik ringan. Sebesar 41% tekanan darah sistolik hipertensi stadium 1 dan sebesar 45,5% subjek memiliki tekanan darah diastolik hipertensi stadium 1. Ada hubungan asupan serat dengan tekanan darah sistolik (nilai  $p=0,011$ ) dan diastolik (nilai  $p=0,002$ ), ada hubungan asupan natrium dengan tekanan darah sistolik (nilai  $p=0,046$ ) dan diastolik (nilai  $p=0,034$ ), serta ada hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik (nilai  $p=0,013$ ) dan diastolik (nilai  $p=0,024$ ).

**Kesimpulan :** Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan asupan serat, asupan natrium dan aktivitas fisik dengan tekanan darah di Unit Rawat Jalan UPTD Puskesmas Pajang Surakarta.

**Kata kunci :** asupan serat, asupan natrium, aktivitas fisik, tekanan darah

**Kepustakaan :** 75 : 1997 – 2015

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT, ASUPAN NATRIUM DAN AKTIVITAS  
FISIK DENGAN TEKANAN DARAH DI UNIT RAWAT JALAN  
UPTD PUSKESMAS PAJANG SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

**Disusun Oleh :**

**MERY ANDIKA PUTRI**

**J 310 110 075**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2016**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

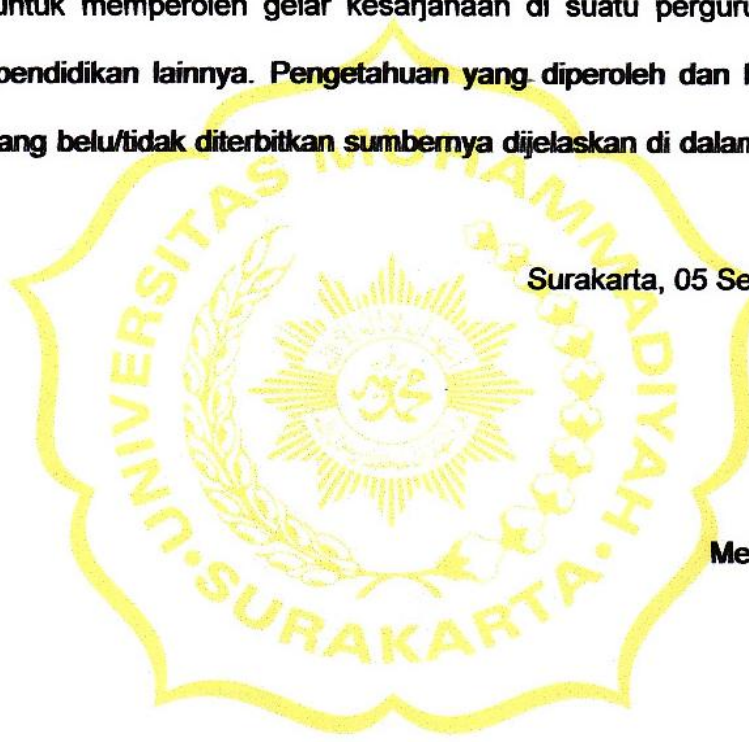
Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dan hasil penelitian maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan daftar pustaka.

Surakarta, 05 September 2016

Penulis



**Mery Andika Putri**



## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Serat, Asupan Natrium dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah di Unit Rawat Jalan UPTD Puskesmas Pajang Surakarta

Nama Mahasiswa : Mery Andika Putri

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 110 075

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

Surakarta, 05 September 2016

Menyetujui

Pembimbing I



(Rusjiyanto, SKM., M.Si)

NIP. 19670217 1989021002

Pembimbing II



(Elida Soviana, S.Gz., M.Gizi)

NIK/NIDN 1101620/0616079001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., PhD)

NIK/NIDN. 744/06-2312-7301



## PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Serat, Asupan Natrium dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah di Unit Rawat Jalan UPTD Puskesmas Pajang Surakarta

Nama Mahasiswa : Mery Andika Putri

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 110 075

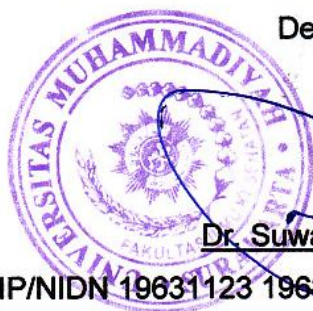
Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 05 September 2016 dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima.

Surakarta, 30 September 2016

Penguji I : Elida Soviana, S.Gz., M.Gizi  
Penguji II : Dwi Sarbini, SST., M.Kes  
Penguji III : Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc

()  
()  
()

Mengetahui,  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan



Dr. Suwaji, M.Kes

NIP/NIDN 19631123 1968303 11002/00-2311-5301



## **MOTTO**

*Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,*

*( Q.S Al-Insyirah : 6 )*

*Hai orang-orang yang beriman,  
jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.*

*( Q.S Al-Baqarah : 153 )*

*Sesungguhnya bersamaku sukar itu ada keringan. Karena itu bila kau sudah selesai (mengerjakan yang lain). Dan berharaplah kepada Tuhanmu.*

*( Q.S Al-Insyirah : 6-8 )*

## PERSEMBAHAN

*Dengan mengucapkan Bismillah dan Alhamdulillah Ya Rabb atas segala Nikmat yang telah Engkau berikan. Akhirnya penulis dapat menyelesaikan sebuah karya yang penulis persembahkan kepada :*

- ♥ Kedua Orang tuaku Ibu dan Bapak tercinta sebagai tanda bakti, hormat dan terima kasih yang tiada terhingga yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, doa dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tidak mungkin kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan. Terima kasih buat Ibu dan Bapak yang selalu membuatku termotivasi, selalu mendoakan dan selalu menasehati agar menjadi lebih baik.
- ♥ Adik-adikku (Septian Wira Yuda, Winda Ramadhani dan Windi Ramadhani) dan semua keluarga besar Bapak H. Amiruddin yang selalu memberi dukungan, semangat dan motivasi.
- ♥ Muhammad Nasrullah dan sahabat-sahabatku Aulia Nisa Hapsari, Fika Agustina dan Chandra Endah Permatasari telah memberikan dorongan, semangat dan pelipur dikala aku lelah.

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Fika Agustina

Tempat/Tanggal Lahir : Wonogiri, 8 Agustus 1993

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jatisrono RT 01/RW 01, Kelurahan Jatisrono,  
Kecamatan Jatisrono, Kabupaten Wonogiri,  
Jawa Tengah

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Pertiwi Tahun 1999  
2. Lulus SD Negeri 05Jatisrono 2005  
3. Lulus SMP Negeri 2Jatisrono 2008  
4. Lulus SMA Negeri 1 Jatisrono 2011  
5. Menempuh Pendidikan di Program Studi Ilmu  
Gizi Jenjang S1 Angkatan 2011

## KATA PENGANTAR



***Assalamu'alaikum Wr. Wb.***

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji syukur dipanjatkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “Hubungan Daya Terima Makanan dengan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi Pasien Hipertensi Rawat Inap di RSUP dr Soeradji Tirtonegoro Klaten”. Salam dan shawalat tak lupa penulis sampaikan kepada teladan dalam hidup ini yakni Rasulullah Muhammad SAW.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi tugas akhir Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam penulisan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan serta saran dari berbagai pihak, maka dari itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr.Suwaji, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. IbuSetyaningrumRahmawaty,A.,M.Kes.,PhD.selaku Kepala Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur W, SST, M.Si Med selaku Pembimbing I dan Ibu Ririn Yulianti S. ST., M.Si selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan memberikan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini dari awal hingga akhir.

4. Ayah dan ibu tercinta yang telah memberikan pengertian, perhatian, do'a, dukungan serta pengorbanan baik secara materil maupun nonmateril yang tak ternilai.
5. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2011 yang telah memberikan bantuan baik berupa dukungan, inspirasi serta motivasi yang sangat berarti bagi penulis.
6. Bapak Direktur, Staf dan Pasien RSUP dr Soeradji Tirtonegoro Klaten yang telah memberikan ijin kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
7. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, terima kasih atas bantuannya.

Semoga amal baik yang telah diberikan senantiasa mendapatkan Ridho Allah SWT. Demikian pula penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin.

***Wassalamu'alaikum Wr. Wb.***

Surakarta, 26 Agustus 2016

Fika Agustina

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRACT .....	iii
ABSTRAK .....	iv
HALAMAN JUDUL DALAM .....	v
PERNYATAAN KEASLIAN.....	vi
HALAMAN PERSETUJUAN .....	vii
HALAMAN PENGESAHAN.....	viii
MOTTO .....	ix
PERSEMBAHAN.....	x
RIWAYAT HIDUP .....	xi
KATA PENGANTAR .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvii
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xix

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	6

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis .....	7
1. Hipertensi .....	7
2. Tingkat Kepuasan .....	8
3. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepuasan .....	10
4. Daya Terima Makanan .....	11

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Daya Terima Makanan .....	13
6. Internalisasi Nilai-nilai Islam .....	17
B. Kerangka Teori .....	20
C. Kerangka Konsep .....	21
D. Hipotesisi .....	21

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	22
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
C. Populasi dan Sampel.....	23
D. Variabel Penelitian.....	24
E. Definisi Operasional.....	25
F. Pengumpulan Data .....	25
G. Langkah-langkah Penelitian.....	26
H. Pengolahan Data .....	28
I. Analisis Data.....	31

### **BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	
1. Gambaran Umum Pelayanan Gizi Rumah Sakit.....	33
2. Gambaran Umum Ruang Melati 2 .....	34
B. Karakteristik Responden Penelitian	
1. Umur .....	35
2. Pendidikan .....	36
3. Pekerjaan .....	37
C. Hasil penelitian	
1. Analisis Univariat	
a. Penampilan makanan .....	37
b. Rasa makanan .....	39
c. Pelayanan makanan .....	41
d. Kebersihan alat makan .....	42
e. Keseluruhan daya terima .....	43
f. Kepuasan pelayanan gizi.....	44



2. Analisis Bivariat	
a. Hubungan Penampilan Makanan dan Kepuasan Pelayanan Gizi .....	46
b. Hubungan Rasa Makanan dan Kepuasan Pelayanan Gizi .....	47
c. Hubungan Pelayanan Makanan dan Kepuasan Pelayanan Gizi .....	48
d. Hubungan Kebersihan Alat Makan dan Kepuasan Pelayanan Gizi .....	49
e. Hubungan Daya Terima danKepuasan Pelayanan Gizi .....	50
D. Keterbatasan Penelitian .....	52
E. Etika Penelitian .....	52

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	53
B. Saran .....	54

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Definisi Operasional .....	25
2. Pengolahan Variabel.....	29
3. Nilai Parameter statistik umur.....	35
4. Distribusi Responden menurut Pendidikan.....	36
5. Distribusi Responden menurut Pekerjaan .....	37
6. Nilai Parameter Statistik Penampilan Makanan .....	38
7. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Penampilan Makanan .....	38
8. Nilai Parameter Statistik Rasa Makanan .....	40
9. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Rasa Makanan.....	40
10. Nilai Parameter Statistik Pelayanan Makanan.....	41
11. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Pelayanan Makanan .....	42
12. Nilai Parameter Statistik Kebersihan Alat Makan.....	42
13. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Kebersihan Alat Makan .....	43
14. Nilai Parameter Statistik Keseluruhan Daya Terima Makanan.....	44
15. Distribusi Responden berdasarkan Keseluruhan Daya Terima Makan .....	44
16. Nilai Parameter Statistik Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi.....	45
17. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Tingkat Kepuasan Pelayanan ..	45
18. Hubungan Penampilan Makanan dan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi .....	46
19. Hubungan Rasa Makanan dan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi.....	47
20. Hubungan Pelayanan Makanan dan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi .....	48
21. Hubungan Kebersihan Alat Makan dan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi ...	49
22. Hubungan Keseluruhan Daya Terima dan Tingkat Kepuasan Pelayanan Gizi	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori.....	20
2. Kerangka Konsep.....	21

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Permohonan Menjadi Responden
2. Kesiediaan Menjadi Responden
3. Form Data Identitas Pasien
4. Kuesioner Daya Terima
5. Kuesioner Tingkat Kepuasan
6. Master Data
7. Hasil Uji Statistik
8. Surat Perijinan